PDF

Valores éticos 2

tema 5

2052024

Democracia, poder, política

-



-

La palabra **democracia** procede del griego antiguo. Está formada por demos, que significa 'pueblo', y el sufijo -cracia, que significa 'poder'. La democracia es, por tanto, el "poder del pueblo" o el "gobierno del pueblo".

La **democracia** se rige por los siguientes valores y principios:

- El principio de **sufragio universal**. Cada persona participa con un voto sin diferencia de sexo, edad o condición social.
- El valor de la **libertad**. Desde el pluralismo político, cada persona es libre y dueña de sí misma para votar a sus representantes. También para elegir sus ideas, creencias y costumbres.
- La **solidaridad**. En democracia no tiene cabida desentenderse de los problemas de los demás, sino que los ciudadanos deben prestarse ayuda mutua y contribuir en lo posible al bien común.
- El valor de la **justicia**. Nadie tiene privilegios sobre los demás.

-



-

¿Qué es el poder político?

El poder político es aquel que se ejerce sobre los asuntos públicos y el gobierno del Estado y sus instituciones, es decir, a través de cauces políticos.

El poder político debe cumplir los requisitos de legalidad y legitimidad. Decimos que algo es legal cuando cumple con la ley y que algo es legítimo cuando, entre otras razones, es justo, aunque no tiene por qué ser legal.

legal: establecido por la ley o conforme con ella.

legítimo: correcto justo, razonable, ético, etc.

Los gobernantes tienen el encargo de elaborar leyes justas que aseguren a todos los ciudadanos unas condiciones de vida digna. Esto implica que el poder no puede concentrarse en una sola persona ni en una sola institución. De esta idea nace, en democracia, la **separación de poderes**. Es decir, que quien hace la ley, la aplica y evalúa su cumplimiento sean instancias del Estado distintas e independientes. Este principio democrático pretende asegurar la **equidad e imparcialidad** del sistema.

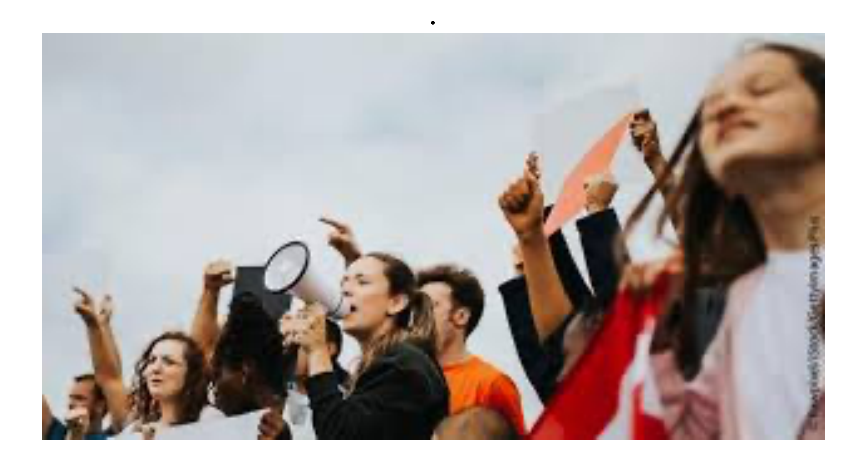




Poder legislativo
Lo ejerce el Parlamento, cuyos miembros son elegidos por los ciudadanos.
Se ocupa de elaborar las leyes que rigen la sociedad, y del control del poder ejecutivo.

Poder ejecutivo
Lo sostiene el Gobierno.
Se encarga de aprobar y derogar las leyes, de dirigir la Administración y de defender el Estado.

Poder judicial
Recae en los tribunales de justicia.
Se ocupa de que se cumplan las leyes y de sancionar su incumplimiento.



–

Los gobernantes tienen el encargo de elaborar leyes justas que aseguren a todos los ciudadanos unas condiciones de vida digna. Esto implica que el poder no puede concentrarse en una sola persona ni en una sola institución. De esta idea nace, en democracia, la **separación de poderes**. Es decir, que quien hace la ley, la aplica y evalúa su cumplimiento sean instancias del Estado distintas e independientes. Este principio democrático pretende asegurar la **equidad e imparcialidad** del sistema.







Poder legislativo

Lo ejerce el Parlamento, cuyos miembros son elegidos por los ciudadanos.

Se ocupa de elaborar las leyes que rigen la sociedad, y del control del poder ejecutivo.

Poder ejecutivo

Lo sostiene el Gobierno.

Se encarga de aprobar y derogar las leyes, de dirigir la Administración y de defender el Estado.

Poder judicial

Recae en los tribunales de justicia.

Se ocupa de que se cumplan las leyes y de sancionar su incumplimiento.

-



ADOLFO SUÁREZ

–

EL NIÑO QUE PUDO HACERLO...

Dos niños llevaban toda la mañana patinando sobre un lago helado cuando, de pronto, el hielo se rompió y uno de ellos cayó al agua. La corriente interna lo desplazó unos metros por debajo de la parte helada, por lo que para salvarlo la única opción que había era romper la capa que lo cubría.
Su amigo comenzó a gritar pidiendo ayuda, pero al ver que nadie acudía buscó rápidamente una piedra y comenzó a golpear el hielo con todas sus fuerzas.
Golpeó, golpeó y golpeó hasta que con-siguió abrir una grieta por la que metió el brazo para agarrar a su compañero y salvarlo.
A los pocos minutos, avisados por los vecinos que habían oído los gritos de socorro, llegaron los bomberos.
Cuando les contaron lo ocurrido, no paraban de preguntarse cómo aquel niño tan pequeño había sido capaz de romper una capa de hielo tan gruesa.
-Es imposible que con esas manos lo haya logrado, es imposible, no tiene la fuerza suficiente ¿cómo ha podido conseguirlo? -comentaban entre ellos.
Un anciano que estaba por los alrededores, al escuchar la conversación, se acercó a los bomberos.
-Yo sí sé cómo lo hizo -dijo.
-¿Cómo? -respondieron sorprendidos.
-No había nadie a su alrededor para decirle que no podía hacerlo.

-



EMMANUEL MACRON

-

4 ¿Cómo protegemos la democracia?

Punto de partida

CONSTITUCIÓN ESPAÑOLA

Artículo 1

1. España se constituye en un Estado social y democrático de derecho, que propugna como valores superiores de su ordenamiento jurídico la libertad, la justicia, la igualdad y el pluralismo político.
2. La soberanía nacional reside en el pueblo español, del que emanan los poderes del Estado.
3. La forma política del Estado español es la Monarquía parlamentaria. [...]

Artículo 10

1. La dignidad de la persona, los derechos inviolables que le son inherentes, el libre desarrollo de la personalidad, el respeto a la ley y a los derechos de los demás son fundamento del orden político y de la paz social.

➡ ¿Qué conceptos, de los citados en estos artículos de la Constitución, te parece más importante? ¿Por qué?

¿Qué ley fundamenta todas las demás?

Todas las leyes de un país democrático dependen de su ley más importante, la **Constitución**, que a su vez, debe regirse por los derechos humanos fundamentales.

La **Constitución española** fue **aprobada en 1978** y recoge una serie de **artículos sobre la organización del Estado y los derechos fundamentales** de las personas.

Nuestra Constitución declara que vivimos en un **Estado de derecho**, lo que significa que la ley regula y controla el poder y la actividad del Estado. En un Estado de derecho, **todos estamos sometidos a las leyes**, incluidos los legisladores.



Los Estados se pueden organizar según diversos criterios:

Según su jefatura del Estado, puede ser una...	
Monarquía	Cuando el jefe del Estado es un monarca que hereda el cargo.
República	Cuando el jefe del Estado es un presidente elegido por los ciudadanos o por el Parlamento.
Según su régimen político, el modo en que se ejerce el poder puede ser...	
Democrático	Cuando la soberanía reside en el pueblo.
Autoritario o dictatorial	Cuando un dictador o un partido ocupa el poder y gobierna sin respetar la voluntad popular.
Según su organización territorial, puede ser...	
Estado unitario	Cuando existe un poder central único, que puede estar organizado en órganos locales o regionales, con sus Parlamentos y órganos de gobierno.
Estado federal o confederal	Cuando varios Estados se unen para formar una unión o federación de Estados.

1 **Pensando en el bienestar de un Estado, ¿qué ventajas o inconvenientes tiene cada uno de estos sistemas para la población?**

-



GABRIEL RUFIÁN
-

¿De quién es el poder?



➡ Los padres fijan normas para sus hijos y dialogan con ellos para hacerles comprender por qué son importantes. ¿Crees que crear normas y decidir si los comportamientos se ajustan a ellas son formas de poder? ¿Por qué?

La palabra **democracia** procede del griego antiguo. Está formada por demos, que significa 'pueblo', y el sufijo -cracia, que significa 'poder'. La democracia es, por tanto, el "poder del pueblo" o el "gobierno del pueblo".

La **democracia** se rige por los siguientes valores y principios:

- El principio de **sufragio universal**. Cada persona participa con un voto sin diferencia de sexo, edad o condición social.
- El valor de la **libertad**. Desde el pluralismo político, cada persona es libre y dueña de sí misma para votar a sus representantes. También para elegir sus ideas, creencias y costumbres.
- La **solidaridad**. En democracia no tiene cabida desentenderse de los problemas de los demás, sino que los ciudadanos deben prestarse ayuda mutua y contribuir en lo posible al bien común.
- El valor de la **justicia**. Nadie tiene privilegios sobre los demás.

3 Indica qué principio o valor de la democracia falta en cada una de las siguientes situaciones.

a. Un país en el que solo pueden votar las personas blancas.
b. Un país donde las mujeres tienen que votar lo que les dicen los hombres.
c. Un país donde solo hay un partido al que se pueda votar y los demás están prohibidos.
d. Un país donde los miembros del partido que pierde las elecciones son maltratados y metidos en la cárcel.

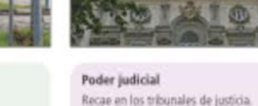
Los gobernantes tienen el encargo de elaborar leyes justas que aseguren a todos los ciudadanos unas condiciones de vida digna. Esto implica que el poder no puede concentrarse en una sola persona ni en una sola institución. De esta idea nace, en democracia, la **separación de poderes**. Es decir, que quien hace la ley, la aplica y evalúa su cumplimiento sean instancias del Estado distintas e independientes. Este principio democrático pretende asegurar la **equidad e imparcialidad** del sistema.



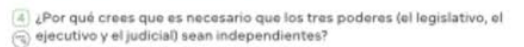
Poder legislativo
Lo ejerce el Parlamento, cuyos miembros son elegidos por los ciudadanos.
Se ocupa de elaborar las leyes que rigen la sociedad, y del control del poder ejecutivo.



Poder ejecutivo
Lo sostiene el Gobierno.
Se encarga de aprobar y derogar las leyes, de dirigir la Administración y de defender el Estado.



Poder judicial
Recae en los tribunales de justicia.
Se ocupa de que se cumplan las leyes y de sancionar su incumplimiento.



4 ¿Por qué crees que es necesario que los tres poderes (el legislativo, el ejecutivo y el judicial) sean independientes?

-



EL CUARTO PODER

--

E.Fouz.-VE2.
tema 5
democracia, poder, política
2052024

NOMOFOBIA

Nomofobia: el miedo irracional a no tener el móvil



El uso del teléfono móvil ha ido creciendo de manera exponencial en los últimos años, sobre todo tras la eclosión de los dispositivos inteligentes. Los *smartphones* ahora son nuestros compañeros de vida en el ámbito laboral, social, lúdico e incluso familiar. Sin embargo, un uso excesivo puede generar problemas de dependencia, adicción y miedo.

La **nomofobia**, o *miedo a estar sin móvil*, puede generar ansiedad, depresión y aislamiento, además de problemas físicos como dolor de cabeza. Si nos paramos a pensar qué es lo que más miramos a lo largo del día probablemente la respuesta no sería a nuestra familia o amigos, tampoco la televisión o los libros. La opción más factible sería el móvil.

Ese pequeño aparato que forma gran parte de nuestra vida con los emails del trabajo, los mensajes instantáneos, las redes sociales o los vídeos bajo demanda. En casos extremos, puede generar la conocida como “*nomofobia*”, un trastorno que los expertos han calificado como la enfermedad del siglo XXI.

QUÉ ES LA NOMOFOBIA

La nomofobia representa el miedo irracional a estar sin teléfono móvil. El término fue acuñado en 2009 en Reino Unido y proviene del anglicismo “*nomophobia*” (“*no-mobile-phone-phobia*”).

La dependencia al dispositivo electrónico provoca una infundada sensación de incomunicación en el usuario que no dispone del aparato, ya sea porque se lo haya dejado en casa, se haya agotado su batería o esté fuera de cobertura. En esta línea, un estudio de *YouGov Real Time* señalaba en 2019 que el 44 % de los británicos encuestados sufrían ansiedad si no podían disponer de su móvil para "*seguir en contacto*" con su círculo.

Aunque por ahora la **OMS** no ha catalogado la nomofobia como una patología mental, los expertos alertan de la creciente dependencia hacia este pequeño dispositivo electrónico desde la aparición de los smartphones. El crecimiento de estos móviles inteligentes ha sido exponencial.

Statista cifra en 6,37 billones el número actual de usuarios de *smartphones* en el mundo, lo que significa que el 80,7 % de la población global tiene uno de estos dispositivos, frente a los 3,67 billones que había en 2016, solo el 49,4% de la población mundial. Los expertos coinciden en que este aumento, unido a las facilidades de conexión a Internet, ha sido el germen del desarrollo de esta dependencia tecnológica. Las consecuencias psicológicas más comunes de la nomofobia son la ansiedad, la depresión o el aislamiento –se piensa que los móviles nos mantienen en contacto con los demás, pero el problema aparece cuando las relaciones online sustituyen a las que se desarrollan cara a cara. También existen consecuencias físicas como dolores de cabeza o de estómago, molestias en la vista por una elevada exposición a la pantalla o dolores de muñeca y cuello por una posición inadecuada.

Los investigadores han desarrollado un test de nomofobia para determinar los síntomas que genera este desorden. El cuestionario pide a los encuestados que califiquen en qué medida están de acuerdo o en desacuerdo con afirmaciones como:

“Me sentiría incómodo sin el acceso constante a la información a través de mi móvil". "Quedarme sin batería me asustaría".
"Me sentiría ansioso porque no podría mantenerme en contacto con mi familia y / o amigos".

¿Eres adicto al móvil?

CAUSAS Y PERFIL DE LAS PERSONAS NOMOFÓBICAS

Entre las causas más reconocidas de la adicción al móvil se encuentran la baja autoestima y los problemas a la hora de mantener relaciones sociales. De hecho, la inseguridad personal es el factor más común que provoca la nomofobia, ya que muchos jóvenes desencadenan una dependencia absoluta hacia los demás y encuentran en el móvil una manera de estar presentes en su círculo social.

El perfeccionismo es otra de las razones por las que aparece este trastorno, ya que las personas que lo padecen sienten la necesidad de actuar sin cometer ni un solo fallo. Por ejemplo, si este tipo de usuarios reciben una llamada y no tienen el móvil a mano, sienten que están decepcionando y el miedo se apodera de ellos.

Cualquier persona puede sufrir nomofobia. Sin embargo, este trastorno suele afectar sobre todo a los adolescentes, siendo el grupo de entre 14 y 16 años el de mayor prevalencia.

Las generaciones más jóvenes tienen mayor riesgo de caer en la nomofobia por dos motivos: sienten una gran necesidad de ser aceptados por los demás y están más familiarizados con las nuevas tecnologías que las personas mayores.

Adam Alter, psicólogo de la Universidad de Nueva York, ha investigado profusamente el impacto de la nomofobia en los adolescentes. El autor de Irresistible: *The Rise of Addictive Technology and the Business of Keeping Us Hooked* realizó en 2017 un estudio en el que preguntó a una muestra de estos jóvenes si preferían ver su móvil caer y partirse en millones de piezas o romperse un hueso de su mano. El autor descubrió que las participantes de mayor edad priorizaban su salud frente a una comodidad reemplazable. En cambio, alrededor del 40 % o el 50 % de los adolescentes preferían romperse sus huesos a tener el móvil roto. Además, el experto observó que estos jóvenes hacían preguntas como qué mano sería la afectada por la lesión o si podrían seguir usando el móvil y haciendo *scroll* con el hueso roto.

PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO DE LA NOMOFOBIA
Como en todas las adicciones, la prevención es la clave. Existen algunas acciones sencillas para evitar que un uso excesivo de los teléfonos móviles acabe generando una dependencia extrema o un trastorno mayor.

Entre las más efectivas se encuentran las siguientes:
Desinstalar algunas aplicaciones que consideremos que nos hacen perder el tiempo como juegos.
No utilizarlo en las comidas.
Silenciar las notificaciones.
Establecer horas determinadas para consultarlo y disminuye el tiempo de uso.
Nunca mirarlo si estamos charlando, comiendo, compartiendo ocio con otras personas.
No usarlo como despertador, ya que puede interferir en nuestro ciclo de sueño.
Cargarlo fuera del dormitorio.
Hacer pequeñas salidas a la calle sin teléfono.

Es fundamental que aceptemos que no podemos disponer del móvil a cada momento y que creemos un compromiso propio de uso saludable de las tecnologías. En los casos más extremos deberemos acudir a un especialista. El tratamiento dependerá del nivel de autocontrol de cada persona. Si este aún existe, se procederá a la eliminación progresiva de la dependencia del móvil. Si ya no es posible gestionar la ansiedad, el tratamiento será de choque y supervisado por un especialista en salud mental que ayude a afrontar las sensaciones negativas mientras se consigue el desenganche.

ref.iberdrola.co

¿Por qué son tan cívicos los japoneses?

ISMAEL ARANA / Hong Kong

ElMundo, 131215

Los buenos modales, la tolerancia, la limpieza o el respeto por las personas y la naturaleza son valores fundamentales en el sistema de formación nipón



En el Mundial celebrado en Brasil el año pasado, la hinchada japonesa protagonizó una de las estampas más sorprendentes de todo el campeonato. Después de cada partido, con bolsas de basura que ellos mismos habían llevado, los pulcros seguidores de los 'samuráis azules' recogían los desechos de las gradas que habían ocupado, una actitud que fue saludada en todo el mundo como un ejemplo a imitar de civismo y buena educación. No obstante, lo que para la mayor parte del mundo suponía un acto extraordinario de buenas maneras, para los nipones era algo completamente natural. "Los japoneses hacemos eso en cualquier sitio, nunca dejamos desperdicios tirados en un lugar público", declaró un aficionado a DPA. "Se nos inculca desde que somos niños, es algo cultural" remató. En verdad, una gran parte de este cívico comportamiento es achacable a la educación recibida en los colegios del país. "La escuela no es sólo estudiar lo que viene en los libros", declaró a este diario la veterana profesora Ritsuko Nishino. "También es aprender a cuidar de ti mismo y de tu entorno, y convertirte así en un miembro valioso para la sociedad". El sistema escolar japonés actual hunde sus raíces en el periodo Meiji, un momento en el que la isla intentaba lograr la paridad económica y militar con Occidente. Se consideró que una educación centralizada era crucial para la modernización del país, y más tarde Japón logró su milagro económico de posguerra con el actual sistema.

Aunque siempre ha sido criticado por mantener un enfoque basado más en la memorización que en la reflexión, su sistema educativo ha sido y es un pilar básico para lograr convertir a Japón en el país que es hoy, una nación que puede presumir de contar con una proporción de adultos jóvenes con educación superior de las más altas de entre los países de la OCDE y de que sus alumnos obtengan puntuaciones superiores a la de estudiantes de otros muchos territorios en las pruebas PISA. Desde el principio, la formación escolar hace hincapié en inculcar unos valores que se consideran fundamentales, tales como los buenos modales, la tolerancia, la limpieza o el respeto por las personas y la naturaleza, de tal manera que el alumno va asumiendo esos códigos de conducta como algo natural. Si ya en la guardería los niños tienen que descalzarse solos en la puerta y se lavan las manos al entrar en clase, una vez llegan a primaria van adquiriendo nuevas responsabilidades."Se les permite y anima a

desarrollar su autonomía, ya que las escuelas japonesas enseñan a los niños a ser independientes de una manera organizada y cuidadosa" destacó Alice Gordenker, columnista del diario 'The Japan Times' que durante años narró la experiencia de sus dos hijos dentro de este sistema. "Este proceso incluye instrucciones explícitas de cómo ir solos de casa al colegio de una manera segura, cómo empacar por sí mismos sus enseres para una excursión o cómo cuidar de sus cosas".

Según relataba, los profesores van delegando en sus estudiantes tareas cotidianas que les ayudan a enfrentarse con más independencia a su futuro. Si bien algunas son comunes a las que puedan tener los estudiantes de cualquier centro occidental -limpiar la pizarra, ir a por un material que necesita el tutor-, otras son bastante más difíciles de imaginar en nuestras escuelas."Cuatro veces a la semana, los niños dedicaban 20 minutos al o-soji", una tarea que consiste en adecentar la escuela e incluye pasar el polvo, barrer y fregar suelos de pasillos, clases y escaleras e incluso limpiar los baños. "En este colegio, los alumnos de sexto grado ayudaban a los de primero, ya que en Japón hay muchos hijos únicos, y los profesores creen que los mayores necesitan experimentar lo que es ayudar a un niño pequeño mientras que los menores necesitan un modelo al que seguir" explicó Gordenker. Aunque el hecho de que los niños japoneses tengan que limpiar ha suscitado alguna crítica en Brasil o Estados Unidos, para los japoneses es algo tan natural que nadie se lo cuestiona. "Es parte de la rutina, no es un castigo. Lo hacen todos juntos y nadie se queja por ello. Así aprenden a cuidar el espacio en el que habitan y a no manchar, y se preparan para el futuro", comentó una Nishino que también tuvo que limpiar su aula cuando era pequeña.

Además, en las escuelas niponas tampoco hay cafeterías o comedores, y son los propios estudiantes los que, por grupos, organizan todo y sirven a sus compañeros. "Esto les enseña a coordinarse y a ser limpios, responsables y ordenados", apuntó Nishino. Otras tareas que en algunas escuelas están a cargo de sus alumnos son el cuidado de las plantas y flores del centro, el alimentar y criar animales (sobre todo en zonas rurales) o la de, periódicamente, limpiar de basuras playas y bosques colindantes al centro educativo. Muchos reconocen que, aunque la sociedad japonesa no es perfecta, hay hechos como los bajos índices de criminalidad o la limpieza de sus grandes ciudades que son atribuibles en gran parte a su sistema educativo. "Uno espera que le devuelvan la cartera si la pierde en el metro o que un restaurante le deje un paraguas si llueve al salir, porque saben que se lo devolverá en uno o dos días" escribió en una columna Nicholas Kristof, quien fuera delegado jefe de 'The New York Times' en Japón durante cinco años, a su salida del país. "Desde luego, aquí existe una especie de código de honor nacional", y la educación que reciben es parte fundamental para preservarlo.